

Día Mundial de la **Diabetes**

WASHINGTON

Kit de Herramientas de Redes Sociales



# Crea Tu Propio M.A.P.A. Hacia la Salud

Mediante el Manejo (*Management*), la  
Concienciación (*Awareness*) y la Prevención (*Prevention*)

## TABLA DE CONTENIDO:

Introducción .....	2
Audiencia Principal.....	2
Como Utilizar este Kit de Herramientas Sociales .....	3
Elementos de Campaña: Carta de Presentación .....	4
Elementos de Campaña: Publicaciones Sociales.....	5
Elementos de Campaña: Programa de Distribución.....	6

# Introducción

Noviembre es el mes Nacional de la Diabetes y el 14 de Noviembre el Día Mundial de la Diabetes (WDD, por sus siglas en inglés). En estas fechas las comunidades alrededor de los Estados Unidos y el mundo entero se reúnen para:

- Celebrar y alentar a aquellas personas que han comenzado o están por comenzar a esforzarse por mantener una vida saludable.
- Aumentar el conocimiento y educación sobre de la diabetes en nuestras comunidades.
- Informar a la población sobre lo importante que es prevenir de la diabetes.

Tan sólo en el estado de Washington, tenemos más de 627000 personas con diabetes y casi 2 millones de personas más con prediabetes. Como consecuencia, la diabetes es la séptima causa principal de muerte en nuestro estado. Por esta razón, esperamos utilizar el Mes Nacional de la Diabetes y el Día Mundial de la Diabetes para aumentar la concienciación sobre esta enfermedad. En nombre de la Asociación Americana de la Diabetes, Molina Health Care, Instituto de Investigación Benaroya, JDRC, Centros Renales del Noroeste (NWKC), el Departamento de Salud del Estado de Washington, Universidad del Estado de Washington y el YMCA de los Condados de Pierce y Kitsap, nos gustaría invitarle a que participe y se una a nuestra campaña mediática social para el Día Mundial de La Diabetes Washington 2017.

El principal objetivo de la campaña es atraer la atención a las cuestiones de importancia claves relacionadas al mundo de la diabetes y hacer que el tema de la diabetes se mantenga en el centro de atención público y político. Aquí en Washington, las organizaciones locales sin fines de lucro, las instituciones educativas, los proveedores de atención médica, las agencias gubernamentales, los institutos de investigación, los grupos de apoyo a la diabetes y otros sectores públicos y privados trabajan en conjunto para crear concienciación sobre la diabetes en nuestras comunidades. Este año en el estado de Washington, el tema "Crea Tu Propio M.A.P.A. Hacia la Salud" destaca tres áreas clave en la lucha contra la diabetes: manejo, concienciación y prevención. Esperamos poder capacitar en estas tres áreas a cualquier individuo que desee tomar decisiones saludables que funcionen para ellos y celebrar a quienes trabajan para mantener un estilo de vida completo y saludable mientras viven con esta condición.

Este kit de herramientas de redes sociales se creó con la intención de complementar y apoyar los esfuerzos relacionados con la campaña de concienciación sobre la diabetes.

## Audiencia Principal

Las personas con diabetes y las personas que cuidan de alguien con diabetes —padres, familiares, amigos, cuidadores y trabajadores comunitarios de la salud fueron seleccionados como audiencia principal para aumentar la concienciación sobre la importancia del manejo, concienciación y prevención de la diabetes—.



# Como Utilizar este Kit de Herramientas Sociales

Esta campaña incluye mensajes basados en tres categorías clave: manejo de la diabetes, concienciación sobre la diabetes y prevención de la diabetes. A continuación se muestran los elementos utilizados en esta campaña:

- ✓ Carta de presentación: puede ser enviada a comunicadores anunciando la campaña.
- ✓ Anuncios sociales basados en cada una de las tres categorías clave.
- ✓ Ejemplo de programa de distribución.

Cada categoría de mensajes incluye hashtags opcionales que se pueden utilizar para esta campaña. Los anuncios de Facebook e Instagram tienen la capacidad de incluir muchos hashtags, pero debido a que los mensajes de Twitter tienen un espacio limitado, se debe dar prioridad a incluir #WDDWashington.





Estimado comunicador,

En el estado de Washington, la diabetes es una epidemia creciente con más de 627 000 casos de personas viviendo con la enfermedad y alrededor de más de 2 millones casos de personas viviendo con prediabetes, los cuales podrían convertirse en diabetes tipo 2 en el futuro. El objetivo de la campaña del Día Mundial de la Diabetes en Washington (WDDWashington) es crear concienciación sobre este creciente problema de salud, promover la detección temprana y el manejo eficaz al:

- Celebrar y alentar a aquellas personas que han comenzado o están por comenzar a esforzarse por mantener una vida saludable.
- Aumentar el conocimiento y educación sobre de la diabetes en nuestras comunidades.
- Informar a la población sobre lo importante que es prevenir de la diabetes.

Esta campaña involucra a varias organizaciones que han colaborado para crear el kit de herramientas de medios sociales adjunto. El kit promueve la concienciación sobre la importancia de disminuir el impacto de la diabetes en nuestro estado mediante: #diabetesmanagement, #diabetesawareness y #diabetesprevention. Este conjunto de herramientas se encuentra en la página web de “Diabetes Connection” ([diabetes.doh.wa.gov](http://diabetes.doh.wa.gov)).

Esperamos se una a nuestra causa adoptando este kit de herramientas y difundiendo los mensajes durante las próximas seis semanas. Visite las páginas de Facebook, Twitter e Instagram de WDDWashington para mantenerse al día con nuestros mensajes y ver más mensajes de redes sociales. El sitio web de “Diabetes Connection” también contiene una guía para organizar conversaciones comunitarias sobre diabetes que podrán ayudar a facilitar diálogos sobre diabetes en su localidad.

Además del kit de herramientas sociales, queremos animarlo a usar el círculo azul, el cual es un símbolo usado internacionalmente con la finalidad de unificar a la comunidad mundial como respuesta a la epidemia de diabetes en el mundo. También deseamos animar a todos a ponerse un atuendo azul el 14 de noviembre para simbolizar el apoyo a la campaña de WDDWashington. Sírvase publicar en la red social de #WDDWashington cualquier fotos de su grupo usando el círculo azul o vistiendo un atuendo azul.

Si desea ser removido de esta lista, póngase en contacto con [Nombre]. ¡Gracias por ayudar a difundir la campaña!

Sinceramente,

[NOMBRE(S)]

# Elementos de Campaña:

## MENSAJES EN MEDIOS SOCIALES



### MENSAJE CLAVE DE CATEGORÍA # 1

**Manejo y control de la diabetes = Capacitando a las comunidades**

**Hashtags opcionales:** #DiabetesAwareness #WDDWashington #PreventDiabetes #DiabetesManagement #Type2DM

1. ¿La #Diabetes es algo nuevo en su vida? Estos 4 pasos le ayudarán a mantener un mejor control  
<http://bit.ly/2xzW7qt> #WDDWashington  
Descargue la imagen en: [StopDiabetes](#)

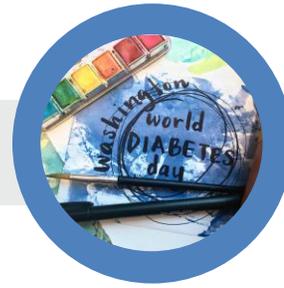


2. El ser activo y comer saludable puede prevenir y controlar la diabetes. ¿Cuál cambio puede hacer para #WDDWashington?  
<http://bit.ly/2hChod7>  
Descargue la imagen en: [ADAHealthyHabits](#)



3. Gracias por apoyar a #WDDWashington. Para encontrar recursos sobre la #diabetes, llame al 211 o visite [win211.org](http://win211.org) #PreventDiabetes  
Descargue la imagen en: [CapitolCircle](#)





## MENSAJE CLAVE DE CATEGORÍA # 2

**Concienciación sobre la diabetes = Comunidades educadas**

**Hashtags opcionales:** #DiabetesAwareness, #WDDWashington, #PreventDiabetes, #LearnAboutDiabetes

1. 627 000 personas en Washington tienen diabetes y 1 de cada 4 no lo saben. ¿Es usted uno de ellos?

<http://bit.ly/1MV29Iu> #WDDWashington

Descargue la imagen en: [Snapshot Infographic](#)



2. La #Diabetes no es una opción. Promueva el mensaje y comparta su historia #ThisIsDiabetes #WDDWashington

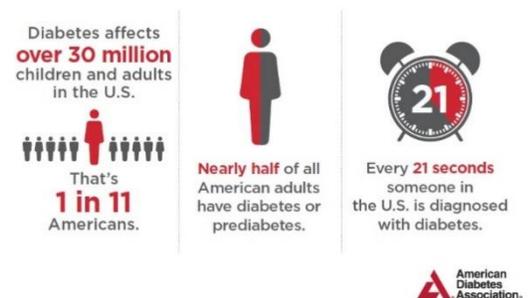
<http://bit.ly/1js8nvV>

Descargue la imagen en: [NotAChoice](#)



3. ¿Sabía usted? En las próximas 24 horas, más de 4000 estadounidenses serán diagnosticados con diabetes. Aprenda más en: <http://bit.ly/2xzD3IW>

Descargue la imagen en: [21Seconds](#)



4. 2 millones de personas tienen prediabetes en Washington. ¿Eres uno de ellos? ¡Tome la prueba! [doihaveprediabetes.org/es/](http://doihaveprediabetes.org/es/) #WDDWashington

Descargue la imagen en: [WAPrediabetes](#)





### MENSAJE CLAVE DE CATEGORIA # 3

**Prevención sobre la diabetes = Comunidades saludables**

**Hashtags opcionales:** #DiabetesAwareness #WDDWashington #PreventDiabetes

1. Estos factores aumentan sus probabilidades de desarrollar diabetes tipo 2 ¡Tome la prueba!

<https://doihaveprediabetes.org/es/>

#WDDWashington

**Descargue la imagen en:**

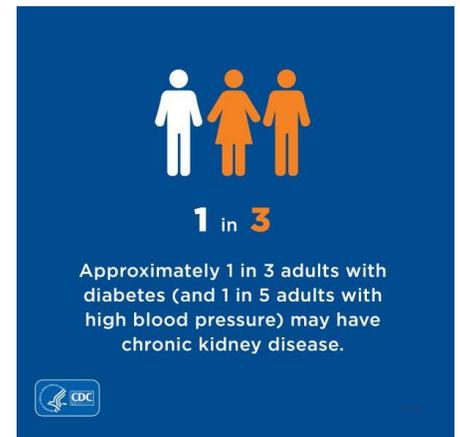
[Risk Factors Infographic](#)



2. La #diabetes aumenta su riesgo de desarrollar enfermedades renales. Aprenda cómo cuidar sus riñones <http://bit.ly/2zhdBtD>

#WDDWashington

**Descargue la imagen en:** [CDC Info Card](#)



3. ¡Juntos combatiendo la #diabetes! Aprenda sobre [worlddiabetesday.org](http://worlddiabetesday.org) & comparta como tu apoyas a personas con #diabetes

#WDDWashington

**Descargue la imagen en:**

[WDDWashington Logo](#)



Recursos de ayuda:

[www.diabetes.doh.wa.gov](http://www.diabetes.doh.wa.gov)

[www.diabetes.org](http://www.diabetes.org)

[www.idf.org](http://www.idf.org)



A continuación le presentamos una muestra de un programa de distribución que utiliza los mensajes claves incluidos en el kit de campaña. Los mensajes se pueden publicar a diario o sólo unas cuantas veces por semana, y se pueden utilizar varias veces a lo largo de la campaña.

Esta campaña comienza el 16 de octubre del 2017, por lo que las primeras publicaciones pueden ser utilizadas para aumentar el conocimiento sobre el Día Mundial de la Diabetes el 14 de noviembre.

### PRIMERA SEMANA:

- ✓ Carta de presentación para enviar a los comunicadores.
- ✓ 3 publicaciones en tres días distintos con al menos un mensaje para **crear conciencia**.

### SEGUNDA SEMANA:

- ✓ 3 publicaciones en tres días distintos. Las publicaciones de los días 23, 24 y/o 25 de octubre deben incluir **prevención de la diabetes** y, de ser posible, incluir organizaciones locales de educación sobre la diabetes.

### TERCERA SEMANA:

- ✓ 3 publicaciones en tres días distintos, uno de cada categoría de mensajes claves.

### CUARTA SEMANA:

- ✓ 3 publicaciones en tres días distintos, uno de cada categoría de mensajes claves.

### QUINTA SEMANA:

- ✓ 2 publicaciones en dos días distintos: dos de la categoría #3. El 14 de noviembre use el tercer mensaje de la categoría #3 u otro de su elección para conmemorar el Día Mundial de la Diabetes.

### SEXTA SEMANA:

- ✓ 3 publicaciones en tres días distintos, uno de cada categoría de mensajes claves.

### SÉPTIMA SEMANA:

- ✓ 3 publicaciones en tres días distintos: uno de cada categoría de los mensajes claves. El 30 de noviembre utilice el tercer mensaje de la categoría #1 o cree su propio mensaje de agradecimiento a los miembros de la comunidad por apoyar la campaña de WDDWashington.

# Reconocimiento

Este kit de herramientas fue creado gracias al trabajo y la colaboración de individuos que forman parte de las siguientes organizaciones:

- American Diabetes Association (Asociación Americana de Diabetes)
- Benaroya Research Institute (Instituto de Investigación Benaroya)
- JDRF (Fundación de Investigación para la Diabetes Juvenil)
- Molina Health Care (Atención Médica de Molina)
- Northwest Kidney Centers (Centros Renales del Noroeste)
- Washington State Department of Health (Departamento de Salud del Estado de Washington)
- Washington State University (Universidad del Estado de Washington)
- YMCA of Pierce and Kitsap Counties (YMCA de los Condados de Pierce y Kitsap)

También queremos agradecer a:

- Susan Horst por su apoyo en el proceso de creación de este kit
- Christine Stalie por crear el logo de WDDWashington de este año
- La Campaña de Washington de Prevención de Opios por servir como guía en el desarrollo de este kit de herramientas
- Columba Fernández por ayudar a editar esta versión en español.

Para obtener más información acerca de esta campaña de WDDWashington o para obtener ayuda con este kit, no dude en ponerse en contacto con:

Alexandro Pow Sang  
Washington State Department of Health  
[Alexandro.PowSang@doh.wa.gov](mailto:Alexandro.PowSang@doh.wa.gov)  
(360)236-3750

Kelsey Stefanik-Guizlo  
American Diabetes Association  
[kstefanikguizlo@diabetes.org](mailto:kstefanikguizlo@diabetes.org)  
(206)282-4616, ext. 7212



Para personas discapacitadas, este documento está disponible a su pedido en otros formatos. Para hacer su pedido, llame al 1-800-525-0127 (TDD/TTY 1-800-833-6388).



[twitter.com/WDDWashington](https://twitter.com/WDDWashington)



[instagram.com/wddwashington/](https://www.instagram.com/wddwashington/)



[facebook.com/WorldDiabetesDayWashington](https://www.facebook.com/WorldDiabetesDayWashington)

WDD Washington es apoyado por el Departamento de Salud y promovido por socios en la diabetes a través del estado.

